

Mangiare? Certo, ma in sicurezza!



Vi siete mai chiesti se potete consumare un determinato alimento senza preoccupazioni? Allora siete in buona compagnia. Oltre la metà della popolazione, infatti, ritiene la sicurezza alimentare un fattore di rilevante importanza quando fa la spesa.

Trattare il cibo in modo giusto è un'impresa. Durante il trasporto degli acquisti a casa nonché durante la conservazione e la preparazione degli alimenti occorre osservare alcune semplici regole. Abbiamo pertanto raccolto alcuni consigli e importanti regole d'igiene.

Consigli per la corretta gestione degli alimenti.

1. Quando fate la spesa, prendete i cibi refrigerati o surgelati sempre per ultimi e riponeteli subito in frigorifero o nel congelatore non appena arrivate a casa.
2. La temperatura ottimale del frigorifero è di 5 °C al massimo, quella del congelatore di almeno -18 °C. Non ricongelare prodotti scongelati.
3. Conservate i prodotti secondo le avvertenze riportate sulla confezione e consumateli entro la **data di consumazione**. In questo modo scongiurerete il rischio di un'infezione alimentare. Ciò riguarda alimenti facilmente deperibili (ad es. la carne macinata), che già dopo poco tempo possono costituire un pericolo per la salute. Oltre la data indicata alla dicitura «consumare preferibilmente entro» è possibile consumare ancora il prodotto, se ha un aspetto e un odore non alterati. (ad es. biscotti che dopo la data minima di conservabilità sono un po' più secchi, ma non costituiscono alcun rischio per la salute).
4. La **muffa**, anche se visibile soltanto in superficie o sui bordi, si diffonde in tutto il prodotto ed è **dannosa per la salute**. Smaltite gli alimenti affetti da muffa. Anche il pane lievemente ammuffito andrebbe smaltito completamente. Un'eccezione è il formaggio duro: poiché contiene poca umidità, si può continuare a consumarlo dopo aver tagliato via generosamente la parte colpita dalla muffa.
5. Il **pesce** è fra quegli **alimenti che deperiscono molto facilmente** e pertanto deve essere consumato preferibilmente lo stesso giorno in cui viene acquistato. A temperatura ambiente il pesce deperisce entro poche ore, in congelatore, invece, può essere conservato a -18 °C fino a 6 mesi.
6. Fate attenzione affinché i **prodotti e i loro succhi** non entrino in contatto con altri alimenti. Lavorate la carne cruda con **utensili da cucina separati** e lavateli bene dopo l'uso.
7. Si consiglia di scongelare alimenti surgelati quali carne, pollame e pesce tenendoli in frigorifero in un recipiente **coperto** e di prepararli il giorno stesso.

8. Le **carni** particolarmente a rischio igienico quali prodotti a base di macinato e pollame vanno sempre **cotte bene**. Continuate la cottura fino a che non fuoriesca più liquido rossastro e la carne non sia rossa in nessun punto. La carne di pollo deve rilasciare un succo biancastro.
9. I piatti a base di carne o pesce crudi quali sushi o tartare e in genere quelli con uova crude, quali il tiramisù, sono sempre a rischio di infezione. Utilizzate sempre **prodotti freschi** e conservate queste pietanze in **frigorifero**. Consumatele entro 24 ore.
10. La cottura uccide i possibili agenti patogeni: cuocete sempre bene e per un tempo sufficientemente lungo gli alimenti, lo stesso vale quando scaldate le pietanze.
11. Spugne e stracci da cucina sono un focolaio di germi e batteri. Sostituiteli regolarmente: ogni giorno se usati molto, e comunque, ogni 3 giorni.

L'impegno di Coop per la sicurezza alimentare

Qualità, sicurezza e trasparenza sono una priorità per Coop. La Gestione della qualità Coop si impegna in materia di riduzione dei rischi lungo tutta la filiera d'approvvigionamento a garantire modo la migliore qualità e sicurezza possibile. Ad esempio, i fornitori vengono esaminati da esperti, e i prodotti vengono analizzati nel Laboratorio centrale di Coop. I fornitori sono tenuti a rispettare gli standard qualitativi dei prodotti e a garantire condizioni lavorative e ambientali corrette. Il rispetto della refrigerazione prescritta della merce durante lo stoccaggio e il trasporto viene verificato lungo l'intero tragitto fino al punto di vendita. I collaboratori vengono periodicamente formati in tema di igiene, si eseguono regolari controlli in negozio e controlli igienici e analisi di laboratorio

Desiderate maggiori informazioni?

L'opuscolo «La sicurezza alimentare» vi fornirà altre importanti informazioni sulla corretta gestione degli alimenti. Potrete ordinarlo al seguente indirizzo:

Il Servizio informazioni Coop è a vostra disposizione per domande sui prodotti Coop.

Coop Info Service

Casella postale 2550
4002 Basilea

Telefono 0848 888 444
www.coop.ch



Desiderate ricevere idee e suggerimenti sull'alimentazione e il benessere psicofisico?
Allora abbonatevi alla newsletter Coop sull'alimentazione al sito:
www.coop.ch/newsletter